



■事關靈魂之窗，挑選太陽眼鏡絕不能馬虎。



揀太陽眼鏡固然要有型，但其實隔濾紫外線的比率、鏡片顏色等更加重要。選購亦要注意鏡片質素，如經常佩戴有裂痕、氣泡，或是使影像變形的鏡片，會使眼睛容易疲勞，影響視覺，更甚者會引起頭痛、眼花及暈眩。想保護雙眼，以下太陽眼鏡冷知識你絕對要知。

Q: 如何測試鏡片光學質素?

A: 要測試鏡片的光學質素很簡單，只要將眼鏡放在眼前約15厘米處，再透過鏡片觀察窗框或其他直線物體，然後把鏡片上下移動，如所見物體的直線透過鏡片看來出現變形，就表示鏡片的光學質素不良。

Q: 鏡片越深色越好?

A: 鏡片的透光率與過濾紫外線的能力並無直接關係。換句話說，並非鏡片越深色越能阻隔紫外線，如鏡片的物料或塗層本身能夠阻隔紫外線，即使是透明鏡片也可隔濾絕大部分紫外線。

Q: 哪款鏡片顏色最好?

A: 面對不同鏡片的顏色，很多人都是以合不合眼緣作選擇。其實鏡片顏色與其隔濾紫外線的能力雖無直接關係，但佩戴後會影響視覺對色彩的判斷！
灰色：上上之選，能均勻地降低光譜上各種顏色的色度，但仍保留視像原色，又不影響肉眼對色彩的判斷，尤其適合長者或小孩佩戴，俗稱「黑超」的鏡片亦屬灰色鏡片。

藍色：在強烈陽光下，藍光會較強，但藍色鏡片對藍光的阻隔較小，所以會令看到的景物偏藍，感覺就會較為刺眼，對眼睛的保護也或較弱。

黃色：運動之選，黃色鏡片可阻隔藍光，在強烈陽光下能使景物看起來較清晰。

茶色及灰綠色：效果也是較為理想，至於其他顏色的鏡片就會增加/減少光譜中的某些顏色，影響佩戴者對顏色的感覺。

Q: 有種太陽眼鏡，佩戴反傷眼?

A: 在猛烈陽光下沒戴太陽眼鏡，瞳孔會自然收縮，以減少光線進入，同時減少紫外線入眼。但若戴上沒有隔濾紫外線能力的深色鏡，鏡片只會隔濾大部分可見的強光，令瞳孔因光線減弱而擴大，反而導致更多紫外線進入眼睛，造成傷害！所以消費者宜選購可隔濾99%至100%紫外線的鏡片，以達到全效的保護。

Q: 怎判斷太陽眼鏡能否擋紫外線?

A: 只要看看太陽眼鏡上的標籤，就可得知其防紫外線能力。市面上以聲稱符合歐洲/國際標準EN ISO 12312-1的太陽眼鏡最常見，亦有部分太陽眼鏡會標示聲稱符合美國標準ANSI Z80.3或澳洲/新西蘭標準AS/NZS 1067等的要求。此外，產品標籤上若有「100%紫外線保護」(100% UV Protection)、「全效紫外線保護」(Total UV Protection)、「UV 400」等字樣，表示鏡片能遮擋所有紫外線。

而根據國際標準EN ISO 12312-1，鏡片可分為5個類別(類別0至4)，各類別的透光率及紫外線穿透度的要求不同，適用的用途也因而不同。當中類別0至1為裝飾用途，阻隔太陽強光的能力有限；類別2至3為一般用途，阻隔太陽強光的能力則較好；類別4屬特殊用途，可完全阻隔太陽強光，但因透光率不超過8%，會使駕駛者未能有效分辨交通燈號的顏色，故不適合駕駛者。

Q: 酒精抹拭傷鏡片?

A: 疫情下習慣消毒，但緊記切勿以酒精擦拭太陽眼鏡鏡片！常用酒精或衣服隨意擦拭太陽眼鏡，會破壞鏡片上用於隔濾紫外線的塗層，降低保護能力。如要擦拭鏡片，先用水沖洗鏡片上的灰塵，再用柔軟的布拭乾。若發現鏡片的主視野範圍，有較明顯刮痕或出現模糊影像，便應停止使用。

■太陽眼鏡可保護眼睛免受紫外線傷害。

